

把爱唤醒

女友因非议要和我分手,怎么办?

✉ Q:严博士,您好!

我去年离婚成为单身。现在的女友是我的同事,我前妻也认识。之前大家就是好朋友,一起去运动、唱歌等,我还帮她张罗过找男朋友的事情。离婚后,她开始慢慢走进我的内心,很多时候我都会不由自主地想起她。我们刚刚开始时一切都好,但后来女友就开始对我冷淡。我侧面了解到她是因为顾忌别人非议她是第三者插足,而不愿和我继续。这根本不是事实。我很烦恼。心里也想静一下,想要了解自己对她是不是真的动心。我忍耐了两个月,我发现她真的走进我的内心了。

我的上一次婚姻持续10多年,但前妻从来没有让我有这种感觉,所以我觉得自己真的是爱上她了。但来自她那边的情况更糟,她除了拒绝任何方式的沟通,还与闺中密友表示我们没有结果的。我要崩溃了。失败我可以面对,可是还没有开始,让我主动放弃,我做不到。我发短信给她,她却通过她哥哥转达以后不希望再收到我的短信。我的痛苦在于她不和我进行任何形式的沟通。我无法知道她的顾虑与想法,但我也不能给她太多压力。就这么自我痛苦地耗着。我已与她哥哥长聊过一次,我只希望有了个断,即希望她能亲自拒绝我,短信、电话都可以。让我彻底地了却。因为我已无法自拔,哪怕是单向的,靠我个人的意志力很难忘却这份情。我也想结束这种状态。因为我知道勉强最终是不行的。我不知道我为什么会寄希望于她亲自的拒绝,这样是否正常?

✉ A:可以看出,你已确认自己是爱她的。经历过一次婚姻的你显然更加成熟,对爱情有更多的考虑。只是她是否也有你这样的成熟和定力?关键是她对你的感情是怎样的?除了担心别人的看法之外,她是否还有其他方面的考虑?按照你的归因,她只是单纯因别人的非议而不再和你继续,如果是这样,如果她内心里对你还是非常有感觉的话,她可能会有犹豫、动摇和难以做决定,会给你一些信号,会留有一些缝隙,会有一些转机。但从她的行动来看,她已通过闺



密、通过哥哥来转达自己的拒绝,我想她是做出决定了,而且是不留余地的决定。所以她的内心到底是怎样看待你们的关系,可能和你的想法不一样。

你强烈要求和她对话,或由她亲口说出拒绝,是正常的,因为你需要沟通,想试一下通过沟通是否还可能继续。另外,你也给自己多一些时间来接受被拒绝的事实。直到她亲口告诉你之前,你都可以认为她还没有正式拒绝你,所以还有希望。按你目前的说法,如果是她亲口说出,代表着她本人的意愿,你会死心了。只是,不知如果她真的做到了这一步,你会不会再给自己一个新的期限,比如到她找到新男朋友之前,

都还不算正式拒绝我?有时,越是得不到的东西,会让人们付出更多的精力去追求。所以你要清楚自己这个要求只是一个借口,还是一个真正的了断。因为她的回答已经给过你了。考虑到你们的同事关系,可能她并不希望拒绝的方式太硬、太冷,你也要理解她的苦衷。

任何爱情都需要双方的投入。如果她坚决拒绝,你无法勉强。好在新的一年又开始了。祝新的一年有幸福!

严文华,心理学学者。行走在心理学与生活之间。欢迎您把自己的故事或问题发至:yanwenhua2010@163.com。

情爱测试

假设在路上被某人要求填一份问卷,你怕资料泄露,下列哪一项你会谎报?

- A 姓名
- B 年龄
- C 电话
- D 婚姻状况

解析:

选A. 你不会轻易投入你的感情,你认为要给对方清楚的交代,你对感情抱着认真负责的态度。

选B. 当你开始喜欢对方的时候,会认为那就是爱,你对爱的那种感觉细胞仿佛特别发达,好像你天生就是为爱而生的。

选C. 你是个浪漫主义者,永远相信爱情的必要性,一如空气、阳光、水一般重要。

选D. 你对于“喜欢”和“爱”的定义完全搞不清楚,你在乎的是有恋爱的感觉就好。

问卷调查看你爱情态度

◆小Q

谈谈情 说说爱

结婚了,就别说如果 ◆裴庆美



跟老公聊起彼此的初恋,我跟老公打趣道:“如果当初不是跟你,嫁给他,现在也不用憋屈在这小黑屋里,也不用成天起早贪黑地上班,说不定现在开着私家车到处闲逛呢。”老公斜眼看着我,“现在还来得及,你如果想找他,我不拦你,想他就找他去?”我知道老公这是说气话呢,他明知我不可能放下这个家,再说时过境迁,想找回原来的生活,根本是不可能的事情。跟老公过了十多年了,没有比他再了解我的人——对现状不满的时候,一个喜欢发点小牢骚的小女人。

虽然我是以玩笑的方式跟老公说的,但从老公的言谈举止,我分明觉察到老公醋味十足。其实,我跟初恋一直没有联系,只是听说他现在事业很发达的样子,有一个能干的女子,一个聪明可爱的儿子,住的是大房子,开着不错的车。听起来蛮让人羡慕的。我就常常想,假如我当初跟了初恋,生活肯定就不会是现在这个样子。说起来,我还是不能免俗地成为一个爱慕虚荣、崇尚物质的女人。怕老

公有想法,我急忙对老公说:“因为相信你,才跟你说这些,他虽然是我的初恋,但他没你幸运,他与我只有段共同的回忆,但我不是你共度一生的人,我心中谁最重要,你可想而知啊。”老公粲然一笑,“看把你吓的,还以为我真不要你了,你舍得,我还不舍得呢!”

想来,婚姻好比选择题,一旦选择了,就不会存在假如的可能。再说,即使跟了初恋,生活也未必比现在的好,谁家没本难念的经呢?那些表面浮华的背后,也许埋藏着深不可知的难言之隐啊。各人有各人的过法,那样的生活,未必适合自己。想来,还是眼前的最真实,抓牢眼前的幸福,才是真正的幸福。

女人多多少少都有点爱慕虚荣的小私心,结婚后总爱拿自己老公跟别人老公比,对生活不满意时,总爱埋怨老公没本事,岂不知,也许你无心的一句话,一个表情,对那个与我们相伴一生的人来说,就是致命的伤害。爱他,就别说过分的话,爱他,结婚了,就别如果说……

牙龈出血、口臭、牙齿松动是“危险信号” 别让牙周病落光牙齿危害全身

刷牙经常牙龈出血,口臭总是挥之不去……也许你以为这只不过是“小毛病”,却不知道这极有可能是“危险信号”,在你掉以轻心的时候,被医学界定论为威胁人体健康的第三大杀手和口腔健康的“头号祸首”——牙周病可能已经开始侵蚀你的牙齿和全身,如不及时防治,不仅会导致“满口掉牙”的严重后果,更会引发全身疾病。

细菌从牙齿危害到心脏

牙周病主要是指牙齿周围组织的炎症萎缩性疾病。牙周病会导致牙龈红肿、口臭、出血、牙齿松动、移位、倾斜、咀嚼无力甚至疼痛难忍,全身不适,最终导致牙齿脱落,或者被迫拔牙,正所谓:“龋齿只会坏掉一颗牙,而牙周病会导致一排牙齿脱落”。据统计,35岁以上人群,80%以上的牙齿脱落是牙周病引起的。牙周病不仅会对饮食、容颜、心理等造成严重伤害,更会影响心脏、肺、肾等重要脏器功能,牙周袋里的大量细菌会导致心脏病、中风、慢性肺炎、动脉硬化、肾炎等各种死亡率极高的疾病。

牙周病必须接受系统治疗

很多牙周病患者有这样的误区,以为使

用中草药牙膏、洗牙、服用维生素C、甲硝唑片、使用漱口剂等方式就能治愈牙周病。其实,这些只不过是牙周病防治过程中的辅助手段,并不能对牙周病起到根本性的治疗,某些药物甚至偏方则更不可靠。要想彻底地治疗牙周疾病,必须接受系统的牙周治疗——“牙列帽载药”加“夹板桥”固定。

牙龈出血、口臭千万别大意

要确保身体健康,绝不能对牙周病掉以轻心。牙周病的防治关键要早发现早治疗。但是由于牙周病的症状并非持续发作,而是静止期和加重期交替出现,加上早期症状并不十分明显,因此往往不能引起患者的重视而延误治疗。其实,牙周疾病可以通过生活细节自行察觉:刷牙时或咬食物时牙龈出血(牙刷或食物上有血迹);牙龈红肿易出血,牙面有牙石;牙齿有不同程度的松度,咬物无力、牙根暴露;有口臭,轻压牙龈有脓溢出;部分齿列的密合度改变。一旦发现这种现象就应立刻前往医院检查治疗。另外,平时日常生活中,除了保持正确刷牙等口腔卫生习惯,更应定期为牙齿做“体检”,并每半年去医院洗一次牙,除掉牙结石,预防牙周疾病的发生。(文/辛勤)

上海港华医院 口腔科

口腔内科 口腔预防保健专业 口腔颌面外科 正畸专业 口腔修复专业

沪医广【2011】第12-25-C394号有效期至2011年12月25日至2012年12月24日止

地址:上海市淮海西路282号、286号 联系电话:021-52300035